

令和 8 年 1 月
バタバタ新聞
第 315 号

社会福祉法人上越つくしの里医療福祉協会
地域生活支援センターこまくさ
(地域活動支援センター事業・相談支援事業)
〒941-0057 糸魚川市南寺町 1-1-6
糸魚川市こころの総合ケアセンター2 階
TEL/FAX : 025 (553) 2318
<https://tsukushinosato.com>



地域生活支援センターこまくさは、障がいのある方が地域で生き生きと生活を送ることができるよう、日中の居場所の提供や余暇支援、地域との交流、啓発活動等を行っています。

12 月 18 日 クリスマス会

令和 7 年最後のリラックリは、クリスマス会を開催しました。同じテーブルのメンバー同士、食事、ビンゴゲームを通じて交流を深めていただきました。



障害者アート展

12 月 3 日～11 日まで糸魚川市役所 1F ロビーで開催されました。絵画や書道、手芸と様々なジャンルの作品が展示されロビーを彩りました。



★行事のお誘い★ ※お申込みには利用登録が必要です。 1/6 (火) より受付します。

1 月リラックリ CLUB

新年会 正月気分を楽しみましょう♪

【開催日時】1 月 22 日 (木) 12 : 10～14 : 00

【内容】 前半 : 12 時 10 分～昼食会 (けんちんうどん&おしるこ)
後半 : 13 時～かきぞめ・ふるさとかるた大会

【参加費】300 円



【申し込み締切】1 月 20 日 (火)

コミュニケーションの勉強会

ハート・コミュニケーション・クラブ (HCC)

【開催日時】1 月 17 日 (土) 9 : 30～11 : 30

【講師】高田西城病院 臨床心理士 大野様 【内容】社会人の電話の対応

※希望者のみ一緒にランチを食べませんか? メニュー、金額は申込時ご確認ください。

【申し込み締切】1 月 9 日 (金)



1 月 地域生活支援センターこまくさ(余暇活動の場)スケジュール
【開館時間】午前 9 時～午後 5 時 【休館日】日、月、祝日、年末年始



【1 月お休みのお知らせ】 新年は 1 月 6 日（火）9 時～開所します。
16 日（金）職員会議の為 12 時閉館。30 日（金）職員研修の為 15 時閉館。

日	月	火	水	木	金	土
				1 元旦 休館日	2 休館日	3 休館日
4 休館日	5 休館日	6	7	8	9	10 カラオケ
11 休館日	12 成人の日 休館日	13 手芸クラブ	14 スポーツ	15	16 12時閉館	17 HCC
18 休館日	19 休館日	20	21	22 リラックリ CLUB 新年会	23	24 歌番組 鑑賞会
25 休館日	26 休館日	27 手芸クラブ	28 スポーツ	29	30 15時閉館	31

～ 活動のご紹介 【参加費無料】 ～

《自由参加の活動》

【手芸クラブ】

1 月 13 日、27 日（火）14:00～15:00
ボランティアの方々と楽しくおしゃべりしながら
手芸をしませんか？おしゃべりだけの参加も可能です。

【スポーツ】

1 月 14 日、28 日（水）13:30～14:30
動画を見ながらラジオ体操や簡単なエアロビダンスを
行っています。お気軽にご参加ください。



【歌番組鑑賞会】

1 月 24 日（土）9:30～11:30
年末年始に放送された歌番組の録画を鑑賞します。



《予約が必要な活動》

【カラオケ】1 月 10 日（土）9:30～11:30 募集人数 10 名（おひとり 2、3 曲）

好望こまくさからのお知らせ

ご自宅や職場で使われていない未使用のタオルがございましたら、ぜひお近くの事業所までお持ちください。
お譲りいただいたタオルは、雑巾や「ちょこっとタオル」に加工し、販売させていただきます。

※「ちょこっとタオル」は、障害のある方が自立を目指して製作している商品のひとつです。

タオル受付事業所 （上越） つくし工房、つくしセンター
（糸魚川） 好望こまくさ、ひまわり作業所、あけぼの作業所

